

*Кафедра гигиены детей и подростков
Педиатрического факультета Первого МГМУ им.
Сеченова*

Гигиеническое просвещение детей и родителей в сфере здорового питания

**Доктор медицинских наук, профессор
Вирабова Анна Рафаиловна**

Москва, 2015 год.

ВАЖНОСТЬ ПИТАНИЯ

1. Для жизни.
2. Для деятельности.
3. Для репродукции.
4. Для физического здоровья.
5. Для психического здоровья.
6. Для интеллектуального развития.
7. Для психологической стабильности.
8. Для эмоционального комфорта.

СЕНСИТИВНЫЕ (ЧУВСТВИТЕЛЬНЫЕ) ПЕРИОДЫ ЖИЗНИ И РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА ОТНОСИТЕЛЬНО ПИТАНИЯ

- Внутриутробное развитие.
- 1-й год жизни.
- Ясельный возраст.
- Дошкольный возраст.
- Подростковый возраст.

Преимущества грудного вскармливания

- Молоко матери максимально приближено к составу клеток организма, чего никогда нельзя достичь технологиями изготовления искусственной смеси;
- Женское молоко полностью лишено аллергенных свойств.

До 1 года жизни аллергия, как правило, связана с поступлением внутрь белков коровьего молока, яиц, рыбы. Даже однократное, несвоевременное введение прикорма может вызвать сенсibilизацию, рост атопического дерматита (в 7 раз)

Преимущества грудного вскармливания

- Грудное молоко не дает белковых перегрузок (в отличие от искусственных смесей). Молоко вырабатывается строго индивидуально, под уровень здоровья, самочувствия и колебаний внутренней среды конкретного ребёнка.
- IQ имеют выше те, кто хотя бы 4 месяца вскармливался грудным молоком (США);
- ПНЖК, которые так необходимы для развития мозга в **нужном соотношении** находятся только в грудном молоке.
- На развитие нервной системы ребёнка очень сильное воздействие оказывает контакт матери, когда ребёнок находится под грудью (время кормления не менее 40 минут);
- Лейкоциты грудного молока способны синтезировать интерферон, там есть макрофагально-лимфоцитарная система защиты. Молоко оптимизирует развитие тимуса у ребёнка в период 0-4 месяцев;

Преимущества грудного вскармливания

- В грудном молоке имеются «антибиотики», избирательно действующие на E.coli
- Грудное вскармливание препятствует ИМТ у ребёнка (в пубертате) и чем продолжительнее, тем распространённость ожирения стремится к цифре менее 1%
- Витамин Д грудного молока обладает высокой активностью, соотношение Са:Р оптимальное, усваивается в 2 раза выше, чем на искусственных смесях. Дети на грудном вскармливании обычно не требуют введения витамина Д.
- Дети на грудном вскармливании реже болеют, особенно болезнями ЖКТ, легче реагируют на прививки, реже имеют в дальнейшем инсулинозависимый диабет;
- Уровень биодоступности железа в грудном молоке в 10 раз выше, чем в смесях, хотя железа в молоке мало!
- Натрия в грудном молоке в 4 раза меньше, чем в коровьем (грудное вскармливание фактически физиологическая бессолевая диета)

Преимущества грудного вскармливания

- Натрия в грудном молоке в 4 раза меньше, чем в коровьем (грудное вскармливание фактически физиологическая бессолевая диета) – Профилактика ГБ
- При поступлении грудного молока у ребёнка оптимальная секреция желудочных соков. При искусственном вскармливании она в 5 раз выше, чем при грудном, что способствует ДЖВП, гастродуодениту, холециститу.
- На грудном вскармливании длительно сохраняется оптимальный баланс гормонов, в том числе половых.
- При естественном вскармливании у ребёнка пожизненно закрепляется связь с матерью.

Тенденции в питании детского населения:

- Низкая распространенность грудного вскармливания как причина глобализации алиментарных заболеваний (в Москве получают грудное молоко после года только 17% детей, только 18-40% в РФ кормят грудью и продолжительность этого кормления - до 4 месяца жизни).

Чистое грудное вскармливание, без прикорма, должно продолжаться до 6 месяцев, а если ребёнок с патологией – до 7 месяцев.
Прикорм – это все, что не грудное молоко (кроме воды)

ЧАСТОТА ПРИЕМА ПИЦЦИ

до 1 года 6-7 раз

от 1 года до 2-х лет 5-6 раз

от 2-х до 3-х лет 5 раз

от 3-х до 6-х лет 4-5 раз

от 6-ти лет 4 раза

Физиологически обусловленные требования к питанию детей 1-3 года жизни

1. Увеличение энергетической ценности рациона с 1200 ккал до 1400 ккал, увеличение доли белка с 36 г до 42 г (по прежнему, 70% удовлетворяется за счёт животных белков). Соотношение б:ж:у=1:1:4
2. Функции откусывания и пережевывания пищи. Расширяется ассортимент продуктов, пища предлагается не протертая, но измельченная, отварная, запеченная, тушеная.

Физиологически обусловленные требования к питанию детей 1-3 года жизни

3. Психосоциальные навыки:

К 1 году жизни: умеет съесть ложкой небольшой объём твердой пищи (зачерпывает ложкой из тарелки), пьет с края чашки при поддержке взрослого

Ко 2 году жизни: наличие навыка чисто и опрятно есть (при помощи взрослого), умеет съесть ложкой весь объём жидкой и твердой пищи, умеет пользоваться вилкой, самостоятельно пьет из чашки.

4. Применение в питании молочных смесей 3 и 4 формулы для детей старше года – как дополнительный приём, обычно полдник, 200 мл, или в качестве основы для приготовления каши.

Преимущества этих смесей: низкое содержание белка, оптимальное соотношение жирных кислот, обогащены пищевыми волокнами, дополнительно обогащены кальцием, железом, цинком, йодом, витаминами А, Д, В2, В12, фолиевой кислотой, С

Физиологически обусловленные требования к питанию детей 1-3 года жизни

5. Регуляция пищевого поведения:

- режим питания 4 основных приема пищи и 1 дополнительное - перед сном или второй завтрак (но не жестко),
- культура питания – за столом, красиво сервировав стол, вместе со взрослыми (но свою пищу), не допускать стихийного приёма пищи и на улице, на ходу
- Традиции семьи – пример для подражания, разнообразие рациона матери – стереотип будущего пищевого поведения ребёнка
- Мягкое и настойчивое повторение новых продуктов, использование разных сочетаний, планомерное чередование с любимыми блюдами, чтобы ребёнок все же скушал необходимый продукт,
- Исключение заведомо запрещенных продуктов из питания ребёнка (семьи) – полуфабрикаты, фаст-фуд, избыток сахара
- Учет индивидуальных особенностей ребёнка
- Исключение насилия в вопросах питания – нельзя навязывать объём пищи, набор продуктов, если реакция резко отрицательная. Исключение наказания и поощрение питанием.
- Формирование гигиенических навыков (мытьё рук до и после еды, пользование салфеткой, еда, а не игра за столом)
- Эстетическое восприятие – красивая посуда, яркая еда, интересно сервированная

Физиологически обусловленные требования к питанию детей 1-3 года жизни

6. Суточное количество пищи для детей от 1-1,5 лет составляет 1000-1200 г, для детей 1,5-3 лет – 1200-1500 г. Порции увеличивают постепенно. См. Приложение Приблизительный размер порции
7. Виды блюд: супы овощные, каши, салаты, пюре, суфле, тефтели, паровые котлеты, запеканки, нашинкованные и тертые овощи, кусочки (порезанные) птицы, рыба, освобожденная от костей. Не протертая пища!
8. Свежие фрукты, очищенные от кожи в виде кусочков



Набор продуктов (суточный)

Введены в прикорме на 1.г.ж.

- Творог
- Яйцо (желток) $\frac{1}{4}$, затем $\frac{1}{2}$
- Нежирное мясо, птица
- Овощи приготовленные
- Кисломолочные продукты (бифидопродукты), не более 2,5-3% жирности
- Каши (овсяная, гречневая, рисовая) на воде, 20 г молока добавляется в конце варки, доводится до кипения
- Растворимое детское печенье
- Фрукты (полутвердой консистенции) и ягоды (добавка в творог, в мясное пюре, кашу)
- Рыба белых нежирных сортов (судак, хек, треска)
- Ягоды в виде слабого киселя с 12 месяца жизни



Набор продуктов (суточный)

Новые продукты 1,5-2 г.ж.

- Хлеб 30-50 г
- Свежие овощи и фрукты, наряду с приготовленными). Салаты тертые, заправленные исключительно растительным маслом
- Соки (для детского питания, лучше несладкие)
- Яйцо – половина, включая белок
- Расширение ассортимента кисломолочных продуктов (творог, ряженка, простокваша, кефир йогурты не более 3,2% жирности). Без наполнителей промышленного производства, несладкие!
- Расширение ассортимента каш (добавляются пшеничные, ячневая, перловая, коричневый рис, кукурузная, пшено вводится последним, т.к. ферментов, расщепляющих зерно еще мало), варить на молоке пополам с водой
- Все виды мяса и рыба, не только белая
- Бобовые (стручковая фасоль, горох, чечевица), макаронные изделия – 30 г
- Сыр кусочком или тертый – 5 г
- Сметана до 20% жирности - не более 5 г (для заправки первых блюд)
- Масло сливочное – 15 г; масло растительное (подсолнечное, кукурузное, оливковое) – до 10 г
- Кондитерские изделия – пастила, мармелад, зефир – 10 г



Спорные продукты

- Сахар – 37 г в сутки, включая полученные кондитерские изделия. Подслащивать напитки, кисели. Считается, что ограничение сахара ниже нормы в этом возрасте не допустимо
- Шоколад молочный – допускается с 2 года жизни в ограниченном количестве
- Какао, кофейный напиток – начиная с 2 лет, 0,5 – 1 г/сутки
- Мороженое – только пломбир, несколько ложек, очень редко, начиная с 2,5 лет (нет натурального пломбира и наличие атерогенных жиров в рецептуре современного мороженого)
- Творожки промышленные (много ароматизаторов, желатина, многовато кальция)– только с 3 лет
- Отруби – только с 3 лет
- Дрожжи?
- Соль – не более 4 г/сутки. Рекомендуют ограничить до 2 г. Пища на вкус недосолена
- Специи – разрешаются до достижения оттенка вкуса, кроме острых или жгучих (красный перец, черный)
- Запрещены: *грибы, консервы (детские мясо-овощные или рыбно-овощные консервы разрешены), маринады, томатный соус, уксус, хрен, горчица, майонез, концентраты соков и напитков, сладкие газированные напитки, жевательная резинка, пищевые добавки, комбинированные жиры, слоеное тесто, торты и пирожные.*

Новое в наборе продуктов начиная с 3 года жизни

- Наряду с овощными вводятся супы на мясном бульоне
- Творожные десерты
- Морепродукты
- Вафли, пряники, крекеры, сдоба, кексы
- Изделия в шоколаде (не более 15 г)
- «Детские» колбасные изделия (запрещены копченые) – с низким содержанием жира, гостированный состав, низкое содержание соли, исключены жгучие специи.

Величина основного обмена у детей в 1,5-2 раза превышает основной обмен взрослого человека.

Относительная величина основного обмена (в килокалориях на 1 кг массы тела) с возрастом уменьшается:

у детей 2-3 лет - 55

6-7 лет - 42

10-11 лет - 33

12-13 лет - 34

у взрослых - 24

Рациональное соотношение белков и жиров в питании детей 1:1.

Приблизительное содержание белков, жиров и углеводов в пище 1:1:3 для детей младшего возраста и 1:1:4 - старшего возраста.

В образовательных учреждениях используются новые формы организации обслуживания учащихся:

- организация питания с предоставлением 2 и более вариантов рационов питания (по типу «шведского стола»);
- использование скомплектованных рационов питания по типу рационов бортового питания пассажиров авиарейсов;
- использование современных способов приготовления пищи;
- быстрого снижения температуры приготовленной пищи до +4 °С;
- доставка пищи в школьные столовые, ее регенерация и



Содержание белков, жиров и углеводов в суточном рационе питания детей школьного возраста, %

<i>Прием пищи</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>
1-й завтрак	25-30	25-30	20-25
2-й завтрак	20-25	8-10	10-15
Обед	40-45	45-50	30-35
Ужин	10-15	10-15	20-25

12 ПРИНЦИПОВ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

1. Употребляйте разнообразные пищевые продукты, большинство которых - растительного, а не животного происхождения.
2. Хлеб, изделия из муки, крупы, картофель употребляйте несколько раз в день.
3. Ешьте несколько раз в день разнообразные овощи и фрукты, лучше - свежие и выращенные в местности проживания (не менее 400 г в день).



12 ПРИНЦИПОВ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

4. Чтобы поддерживать массу тела в рекомендуемых пределах, необходима ежедневная умеренная физическая нагрузка.
5. Контролируйте поступление жира с пищей (не более 30% от суточной калорийности) и заменяйте животный жир на жир растительных масел.
6. Жирному мясу и мясным продуктам предпочитайте бобовые, зерновые, рыбу, птицу или постное мясо.

12 ПРИНЦИПОВ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

7. Употребляйте молоко с низким содержанием жира и молочные продукты (кефир, простоквашу, йогурт и сыр) с низким содержанием жира и соли.
8. Выбирайте продукты с низким содержанием сахара и употребляйте сахар умеренно, ограничивая количество сладостей и сладких напитков.
9. Ешьте меньше соли. Общее ее количество в пище не должно превышать 1 чайной ложки (6 г в день). Следует употреблять йодированную соль.



12 ПРИНЦИПОВ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

10. Приготовление пищи должно обеспечивать ее безопасность. Приготовление блюд на пару, в микроволновой печи, выпечка или кипячение помогут уменьшить количество используемых в процессе готовки жира, масла, соли и сахара.

11. Способствуйте вскармливанию новорожденных только грудью примерно в течение первых 6 мес. Вводить прикорм следует постепенно, не отказываясь совсем от грудного вскармливания.

Важным фактором риска развития отклонений в состоянии здоровья является нерациональное питание детей. В настоящее время недостаточен охват учащихся питанием.



В субъектах Российской Федерации в регионах за последние 15 лет сложились 3 основных модели организации питания школьников.

1. Самостоятельная организация питания на школьных пищеблоках.
2. Организация питания совместно с комбинатами школьного питания.
3. Организация питания на основе договоров с предприятиями общественного питания.

Организация питания в школе
полного дня обеспечивает 3-х разовый
прием школьниками горячей пищи:
завтрак (09.40 час.), обед из трех блюд
с холодной закуской и соком (13.05
час.), полдник, состоящий из горячих
вторых блюд, горячих напитков,
выпечки, кисло-молочных продуктов,
фруктов (16.20 час.)

Режим дня

<i>Режимные моменты</i>	<i>Младшая группа</i>	<i>Средняя группа</i>	<i>Старшая группа</i>	<i>Подготовительная группа</i>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность. Утренняя зарядка	8.00-8.30	8.00-8.30	8.00-8.30	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.10	9.00-9.10
Занятия (общая длительность, включая перерывы)	9.15-10.00	9.15-10.05	9.10-10.10	9.10-11.00
Второй завтрак	10.00-10.10	10.05-10.10	10.10-10.15	11.00-11.05
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.00	10.10-12.15	10.15-12.20	11.05-12.35
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.20	12.15-12.35	12.20-12.35	12.35-12.45
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.35-13.05	12.35-13.05	12.45-13.15
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, слушание спокойной музыки, дневной сон	12.50-15.00	13.05-15.00	13.05-15.00	13.15-15.00
Постепенный подъем, личная гигиена, подготовка к полднику	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50
Кружковая работа/дополнительное образование	15.50-16.50	15.50-16.50	15.50-16.50	15.50-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50-18.30	16.50-18.30	16.50-18.30	16.50-18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00
Самостоятельная деятельность/обучение игре. Отъезд детей домой	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00

Питание трехразовое (четырёхразовое для дошкольников):

09.40 - завтрак;

13.05 - горячий обед из трех блюд с
холодными закусками, сок;

15.50 - полдник с фруктами,
выпечкой.

(15.30 и 17.00 - полдник для

Меню питания разрабатывается медицинским работником в соответствии с возрастными нормами, медицинскими показаниями и с учетом сбалансированности рациона по содержанию белков, жиров, углеводов и калорийности блюд.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОБЪЕМА ОБЯЗАТЕЛЬНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Завтрак - 25%

Обед - 35%

1-й полдник - 15%

Полдник (ужин) - 25%

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН ПИТАНИЯ

Индивидуальный план питания выбирается с учетом индивидуальных особенностей организма ребенка, группы здоровья и назначенной диеты, строго по показаниям, на основании заключений и рекомендаций медицинских лечебных учреждений.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН ПИТАНИЯ

Ежедневное сбалансированное меню в школе соответствует принципам щадящего питания, предусматривающего использование определенных способов приготовления блюд из качественных продуктов.

Для детей, нуждающихся в диетическом питании, разрабатываются еженедельные меню в соответствии с их заболеваниями. Готовится меню по 5 диетам (стол № 1, 4, 5, 7, 9), а также осуществляются замены питания с учетом индивидуальных особенностей организма ребенка, группы здоровья, назначенной диеты, индивидуальных вкусовых

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН ПИТАНИЯ

Дошкольного центра

Диета №15 _____

(Общий стол)

- ланч, обед, 1-й полдник, 2-й полдник;

Диета №9 _____

(Диагноз: сахарный диабет, эксудативный диатез и др.)

- ланч, обед, 1-й полдник, 2-й полдник;

Диета №5,7 _____

(Диагноз: холецистит, пиелонефрит, гломерулонефрит, состояние после перенесенного гепатита)

- ланч, обед, 1-й полдник, 2-й полдник;

Диета №1,4 _____

(Диагноз: гастрит, колит, дуоденит, язвенная болезнь и др.)

- ланч, обед, 1-й полдник, 2-й полдник;

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН ПИТАНИЯ

При организации питания учащихся и составления сбалансированного меню за основу принимаются рекомендации ГУ НИИ питания РАМН, Управления Роспотребнадзора по г. Москве, НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ГУ НЦЗД РАМН.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН ПИТАНИЯ

ШКОЛЫ

Диета №15 _____
(Общий стол)

- ланч, обед, полдник;

Диета №9 _____
(Диагноз: сахарный диабет, экссудативный диатез и др.)

- ланч, обед, полдник;

Диета №5,7 _____
(Диагноз: холецистит, пиелонефрит, гломерулонефрит,
состояние после перенесенного гепатита)

- ланч, обед, полдник;

Диета №1,4 _____
(Диагноз: гастрит, колит, дуоденит, язвенная болезнь и др.)

- ланч, обед, полдник;

Разработка меню и приобретение продуктов производится на основании медицинских рекомендаций с учетом особенностей и потребностей детского организма в пищевых веществах и энергии с предоставлением возможности диетического питания (стол № 1, 4,5,7,9)

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Общий стол. День 1.

ЗАВТРАК

200/7	Каша рисовая молочная с маслом	260 Ккал
40/25	Бутерброд с сыром	175 Ккал
200	Какао с молоком	129 Ккал
200	Чай с сахаром (по желанию)	48 Ккал

ОБЕД

100	Салат из помидоров, перца болг. с луком и растительным маслом	109,4 Ккал
250/10	Борщ из св. капусты со сметаной	121,7 Ккал
90	Мясо отварное	246 Ккал
230	Картофельное пюре	371,4 Ккал
200	Компот из яблок и груш	85,9 Ккал
150	Банан	89 Ккал
40	Хлеб пшеничный	96 Ккал
40	Хлеб ржаной	84,8 Ккал

ПОЛДНИК

200	Сок	92 Ккал
75	Пирожки печёные с яблоками	224,5 Ккал
50	Сырок ванильный	217,5 Ккал
200/20	Кефир с сахаром	168,4 Ккал

Итого за день

2 472 Ккал



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Диетический стол №1. День 1.

ЗАВТРАК

200/10	Каша пшенная молочная с изюмом.	221 Ккал
40/10	Бутерброд со сливочным маслом.	169,4 Ккал
200	Чай с сахаром.	96 Ккал

ОБЕД

100	Отварная морковь с раст. маслом.	125 Ккал
250/10	Щи из свежей капусты.	116 Ккал
100	Мясное суфле.	270 Ккал
200	Гречка отварная.	268,8 Ккал
200	Компот из с/м фруктов.	63,6 Ккал
40	Хлеб ржаной.	84,8 Ккал
40	Хлеб пшеничный.	96 Ккал

ПОЛДНИК

125	Чудо-творожок.	340 Ккал
200	Чай с сахаром.	96 Ккал
122	Банан.	110,9 Ккал

Итого за день

2057,5 Ккал

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Диетический стол №5. День 1.

ЗАВТРАК

200/10	Каша пшенная молочная с изюмом.	221 Ккал
40/10/25	Бутерброд с сыром и сливочным маслом.	260 Ккал
200	Чай с сахаром.	48 Ккал

ОБЕД

100	Салат из моркови с яблоками.	140,9 Ккал
250/10	Щи из свежей капусты со сметаной.	116 Ккал
90	Мясо отварное.	246 Ккал
200	Гречка отварная.	252,4 Ккал
200	Кисель из с/м фруктов.	129,9 Ккал
40	Хлеб ржаной.	84,8 Ккал
40	Хлеб пшеничный.	96 Ккал

ПОЛДНИК

125	Чудо-творожок.	340 Ккал
200	Чай с сахаром.	48 Ккал
122	Банан.	110,9 Ккал

Итого за день

1993,1 Ккал



Обеденный зал.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Диетический стол №9. День 1.

ЗАВТРАК

200/10	Каша пшенная молочная с изюмом.	221 Ккал
40/10/25	Бутерброд с сыром и сливочным маслом.	260 Ккал
200	Чай с сахаром.	48 Ккал

ОБЕД

100	Салат зеленый со св. огурцом.	109,4 Ккал
250/10	Щи из свежей капусты со сметаной.	116 Ккал
90	Мясо отварное.	246 Ккал
200	Гречка отварная.	268,8 Ккал
200	Компот из зеленых яблок.	85,9 Ккал
40	Хлеб ржаной.	84,8 Ккал
40	Хлеб пшеничный.	96 Ккал

ПОЛДНИК

75	Пирожок с картофелем.	260,5 Ккал
200	Чай с сахаром.	48 Ккал
122	Банан.	110,9 Ккал

Итого за день

1955,3 Ккал

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН ПИТАНИЯ

Примерное меню разработано с учетом сезонности, необходимого количества основных пищевых веществ и требуемой калорийности суточного рациона, дифференцированного по возрастам обучающихся и воспитанников.



**СИСТЕМА ДОБРОВОЛЬНОЙ СЕРТИФИКАЦИИ
ТРАНСНАЦИОНАЛЬНЫЙ РЕГИСТР**

СЕРТИФИКАТ СООТВЕТСТВИЯ

№ РОСС RU.0411.Y00010

ОРГАН ПО СЕРТИФИКАЦИИ

ООО «Институт Консалтинга и Сертификации»,
Адрес: 119330, г. Москва, ул. Мосфильмовская, дом 17Б, тел.: +7 495 228-76-05
Рег. № РОСС RU.31030.04ЖЖА0.0411

УСЛУГА (РАБОТА)

Услуги питания (Услуги питания столовой)

КОД ОК 002-93 122100 (122103)

СООТВЕТСТВУЕТ ТРЕБОВАНИЯМ НОРМАТИВНЫХ ДОКУМЕНТОВ

ГОСТ Р 50762-95, ГОСТ Р 50763-95, ГОСТ Р 50764-95, ОСТ 28-01-95, СП 2.3.6.1079-01, СНиП 2.08.02-89, СанПиН 2.3.2.1324-03, СанПиН 2.3.2.1078-01, СНиП 23-05-95, [1]

ИСПОЛНИТЕЛЬ

Некоммерческое образовательное учреждение «Частная гуманитарно-экономическая школа
«САМСОН», ИНН 7724003520, КПП 772401001
Адрес: 115487, г. Москва, ул. Академика Миллионщикова, дом 7, корпус 2

НА ОСНОВАНИИ

1. Акт оценки процесса выполнения работ (оказания услуг) №1117-1801 от 26 апреля 2013 г.
 2. Решение о выдаче сертификата соответствия № 1131-1801 от 29 апреля 2013 г.
 3. Сертификат соответствия № РОСС RU.1801.Y01030 выдан 29 апреля 2013 г.
- Схема сертификации №2.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Нет

Дата регистрации 13 мая 2013 г.

Срок действия до 29 апреля 2016 г.

Руководитель органа по сертификации



О.Н. Евдокимов
Подпись

О.Н. Евдокимов
Ф.И.О.

Система добровольной сертификации «Транснациональный Регистр»
Регистрационный № РОСС RU.31030.04ЖЖА0

ПРИЛОЖЕНИЕ
является неотъемлемой частью
сертификата соответствия № РОСС RU.0411.Y00010

**Перечень услуг (работ),
на которые распространяется сертификат соответствия**

Код услуги (работы)	Наименование услуги (работы)	Обозначение нормативной и технической документации, регламентирующей характеристики (показатели) услуги (работы) подтверждаемые при сертификации
122100	Услуги питания	
122103	Услуги питания столовой	ГОСТ Р 50762-95, ГОСТ Р 50763-95, ГОСТ Р 50764-95, ОСТ 28-01-95, СП 2.3.6.1079-01, СНиП 2.08.02-89, СанПиН 2.3.2.1324-03, СанПиН 2.3.2.1078-01, СНиП 23-05-95, [1].

Применяемые обозначения:

[1] Постановление Правительства РФ от 15.08.97г. № 1036 «Правила оказания услуг общественного питания».



О.Н. Евдокимов
Подпись

Руководитель органа по сертификации

О.Н. Евдокимов
Ф.И.О.

Все продукты,
используемые для
приготовления пищи,
должны иметь сертификаты
качества и реализуются в
соответствии со сроками
хранения.



Финансирование деятельности школьной столовой включает организацию сбалансированного трехразового питания.

Ежемесячно в смету расходов включаются статьи связанные с приобретением хозяйственного инвентаря, моющих и дезинфицирующих средств.

Слабая инфраструктура и материально-техническая база школьных столовых, медленное внедрение новых форм организации питания школьников и недостаточная эффективность производственного контроля на объектах школьного питания усугубляют негативное влияние фактора питания на здоровье детей.

Необходимы регламенты формирования рациона питания детей и подростков школьного возраста в образовательных учреждениях с использованием пищевых продуктов повышенной пищевой и биологической ценности.

